

# DIGITAL & NACHHALTIG

## DIGITAL & NACHHALTIG

Nachhaltigkeit ist sehr wichtig! Wir brauchen die Erde, um zu leben und wir müssen sie schützen, indem wir darauf achten, möglichst wenig sichtbaren und unsichtbaren Müll zu verursachen.

### Station 1: ActionBound (15min)

Spiele das Quiz mit der App Actionbound ganz durch, danach kannst du dir einen Stempel abholen. Und dann kannst du zu Station 2 weitergehen.



# DIGITAL & NACHHALTIG

## Station 2: Tools/Apps und Einstellungsmöglichkeiten für mehr Nachhaltigkeit

### 1. Check deinen aktuellen CO2-Fußabdruck

Im Actionbound-Quiz hast du gelernt, dass vor allem die Menge an CO<sub>2</sub>, die in die Luft kommt, schlecht für die Umwelt ist. Im Internet gibt es eine Webseite, auf der du herausfinden kannst, wie viel CO<sub>2</sub> du durch deine Handlungen erzeugst.

Du kannst diese Webseite besuchen: [www.fussabdruck.de](http://www.fussabdruck.de) und die Fragen beantworten.

Es ist nicht wichtig, deinen Fußabdruck ganz genau zu berechnen. Versuche einfach, die Fragen so gut wie möglich zu beantworten. Dieses Werkzeug gibt dir einen Einblick in deinen eigenen Verbrauch. Du kannst diesen Einblick über den Info-Button (i) finden, der links neben den Fußabdrücken steht.

### 2. Check die App Code Check

Es gibt Apps, die dir helfen können, im Alltag umweltfreundlicher zu sein. Zum Beispiel gibt es die App "Code Check" und die App "Too Good To Go".

Code Check: "Code Check" ist eine App, die dir hilft, Informationen über Produkte zu bekommen. Du kannst Produkte wie Lebensmittel oder Kosmetik scannen und dann zeigt dir die App viele nützliche Infos dazu. Zum Beispiel, ob das Produkt vegan (ohne tierische Produkte), vegetarisch ist (ohne Fleisch oder Fisch, aber mit Eiern und Milchprodukten) oder ob es Mikroplastik oder Palmöl enthält.

1. Öffne die App *CodeCheck* auf dem Tablet
2. Scanne die Strichcodes
3. Beginne mit einem Produkt und trage die Informationen dazu in die Tabelle ein. Mache dasselbe dann auch mit den anderen beiden Produkten.

**Tipp:** Wenn du ein Produkt scannst und siehst, dass es Inhaltsstoffe hat, die du nicht kennst, kannst du auf "**mehr Informationen**" klicken und wählst einen Inhaltsstoff aus. Einige dieser Inhaltsstoffe findest du auch hier an der Station in der Tabelle. Du kannst auch sehen, ob bei der Herstellung der Produkte Tierversuche gemacht wurden.

# DIGITAL & NACHHALTIG

	Dieses Produkt enthält:	Dieses Produkt ist:	Dieses Produkt enthält:
Balea med Duschgel	<input type="checkbox"/> Palmöl <input type="checkbox"/> Schwer abbaubare Stoffe <input type="checkbox"/> Mikroplastik <input type="checkbox"/> Nanopartikel <input type="checkbox"/> Parabene <input type="checkbox"/> Paraffine	<input type="checkbox"/> Vegetarisch <input type="checkbox"/> Vegan <input type="checkbox"/> Keins von beidem <input type="checkbox"/> Keine Einschätzung möglich	<input type="checkbox"/> Abzuratene <input type="checkbox"/> Bedenkliche <input type="checkbox"/> Leicht bedenkliche <input type="checkbox"/> Unbedenkliche Inhaltsstoffe.
Oatly Pflanzendrink	<input type="checkbox"/> Palmöl <input type="checkbox"/> Schwer abbaubare Stoffe <input type="checkbox"/> Mikroplastik <input type="checkbox"/> Nanopartikel <input type="checkbox"/> Parabene <input type="checkbox"/> Paraffine	<input type="checkbox"/> Vegetarisch <input type="checkbox"/> Vegan <input type="checkbox"/> Keins von beidem <input type="checkbox"/> Keine Einschätzung möglich	<input type="checkbox"/> Abzuratene <input type="checkbox"/> Bedenkliche <input type="checkbox"/> Leicht bedenkliche <input type="checkbox"/> Unbedenkliche Inhaltsstoffe.
Schweppes Original Bitter Lemon	<input type="checkbox"/> Palmöl <input type="checkbox"/> Schwer abbaubare Stoffe <input type="checkbox"/> Mikroplastik <input type="checkbox"/> Nanopartikel <input type="checkbox"/> Parabene <input type="checkbox"/> Paraffine	<input type="checkbox"/> Vegetarisch <input type="checkbox"/> Vegan <input type="checkbox"/> Keins von beidem <input type="checkbox"/> Keine Einschätzung möglich	<input type="checkbox"/> <i>Abzuratene</i> <input type="checkbox"/> <i>Bedenkliche</i> <input type="checkbox"/> <i>Leicht bedenkliche</i> <input type="checkbox"/> <i>Unbedenkliche</i> Inhaltsstoffe.
Produkt in deiner Einrichtung?	<input type="checkbox"/> Palmöl <input type="checkbox"/> Schwer abbaubare Stoffe <input type="checkbox"/> Mikroplastik <input type="checkbox"/> Nanopartikel <input type="checkbox"/> Parabene <input type="checkbox"/> Paraffine	<input type="checkbox"/> Vegetarisch <input type="checkbox"/> Vegan <input type="checkbox"/> Keins von beidem <input type="checkbox"/> Keine Einschätzung möglich	<input type="checkbox"/> <i>Abzuratene</i> <input type="checkbox"/> <i>Bedenkliche</i> <input type="checkbox"/> <i>Leicht bedenkliche</i> <input type="checkbox"/> <i>Unbedenkliche</i> <i>Inhaltsstoffe.</i>

**Wichtig!** Mit dieser App kannst du hilfreiche Informationen über Produkte bekommen. Es ist jedoch wichtig zu wissen, dass die App "CodeCheck" nicht alle Produkte kennt und es gibt immer noch einige Produkte, bei denen Informationen fehlen.

# DIGITAL & NACHHALTIG

## 3. Check die App Too Good To Go

Too Good To Go: Mehr als ein Drittel (1/3) aller Lebensmittel weltweit werden weggeworfen. Die App "Too Good To Go" möchte Lebensmittel retten, die eigentlich noch gut sind, aber weggeworfen werden sollen. Mit dieser App kannst du Orte wie Restaurants, Bäckereien, Supermärkte und Hotels finden, die übrig gebliebene Lebensmittel zu einem günstigen Preis verkaufen. Das sind Lebensmittel, die nicht verkauft wurden und normalerweise im Müll landen würden.

Öffne die App "Too Good To Go" auf dem Tablet

Die App möchte Tim unterstützen, eine Mahlzeit zu finden und Lynn benötigt deine Hilfe, um Brot und Kuchen und ähnliche Sachen zu finden.

Suche mit Hilfe der Infos und der weiteren Anleitung für Kim und Lynn passende Lebensmittel und schreibe zum Schluss auf, was du für die beiden ausgesucht hast:



### Kim:

- Wohnt in Schwabing
- Sucht in einem 10km Umkreis
- Sucht Mahlzeit
- Kim isst vegetarisch
- Abholen möchte Kim von 12-20 Uhr



### Lynn:

- Wohnt in Laim
- Sucht in einem 5km Umkreis
- Sucht Backwaren
- Hat keine Ernährungsvorlieben
- Lynn kann den ganzen Tag

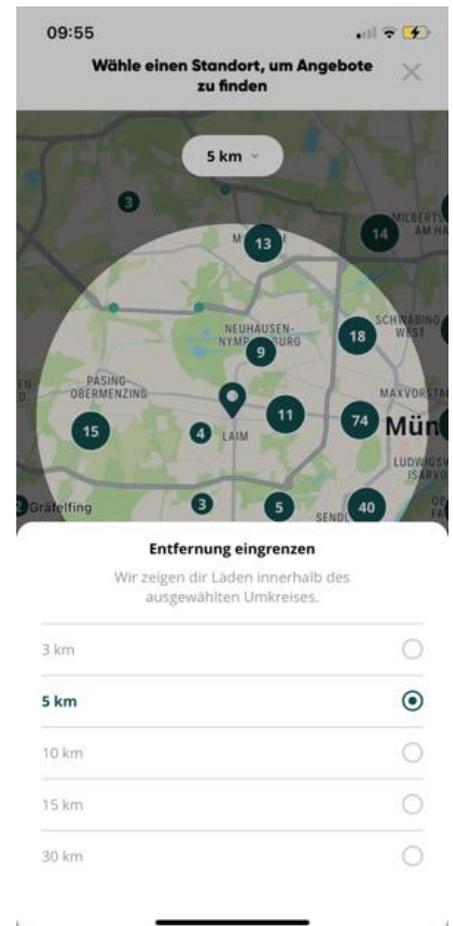
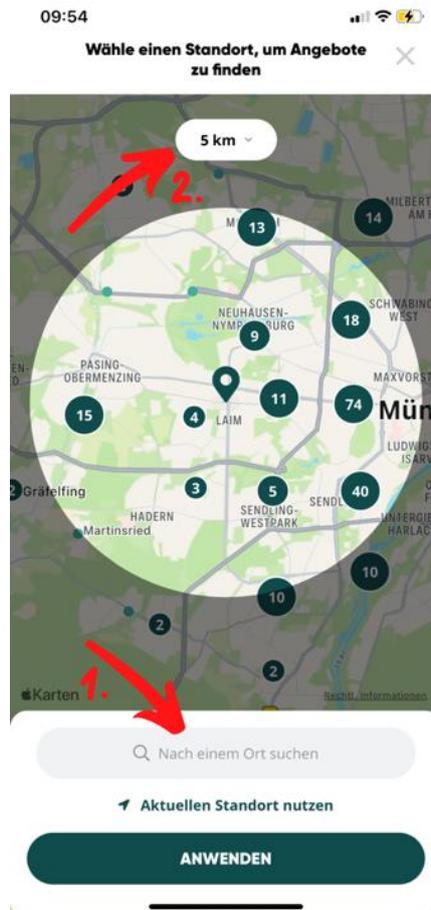
# DIGITAL & NACHHALTIG

## Station 2: Tools/Apps und Einstellungsmöglichkeiten für mehr Nachhaltigkeit

1. Wähle zuerst den Standort aus: Klicke ganz oben rechts auf "Ändern"

2. Dann den Ort in die Zeile eingeben

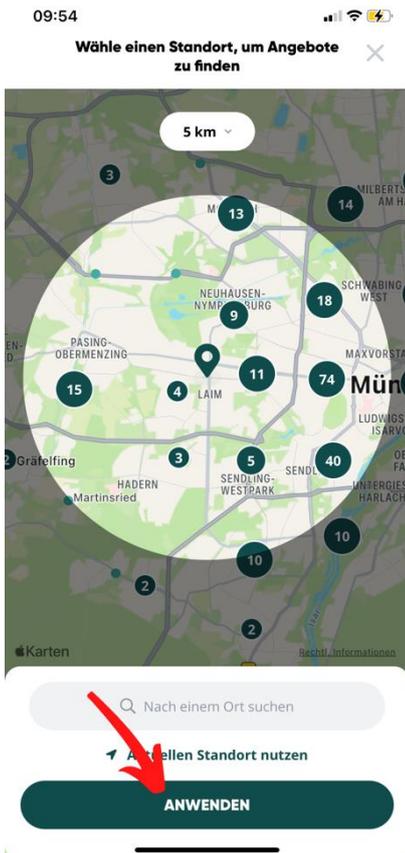
3. Klicke anschließend auf den Button mit "km" und wähle einen Umkreis aus



# DIGITAL & NACHHALTIG

## Station 2: Tools/Apps und Einstellungsmöglichkeiten für mehr Nachhaltigkeit

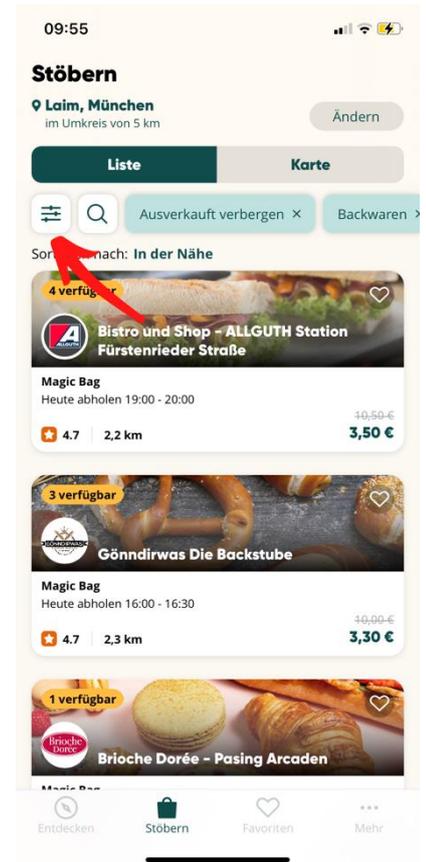
4. Klicke auf den Button „Anwenden“



5. Klicke unten in der Leiste auf „Stöbern“



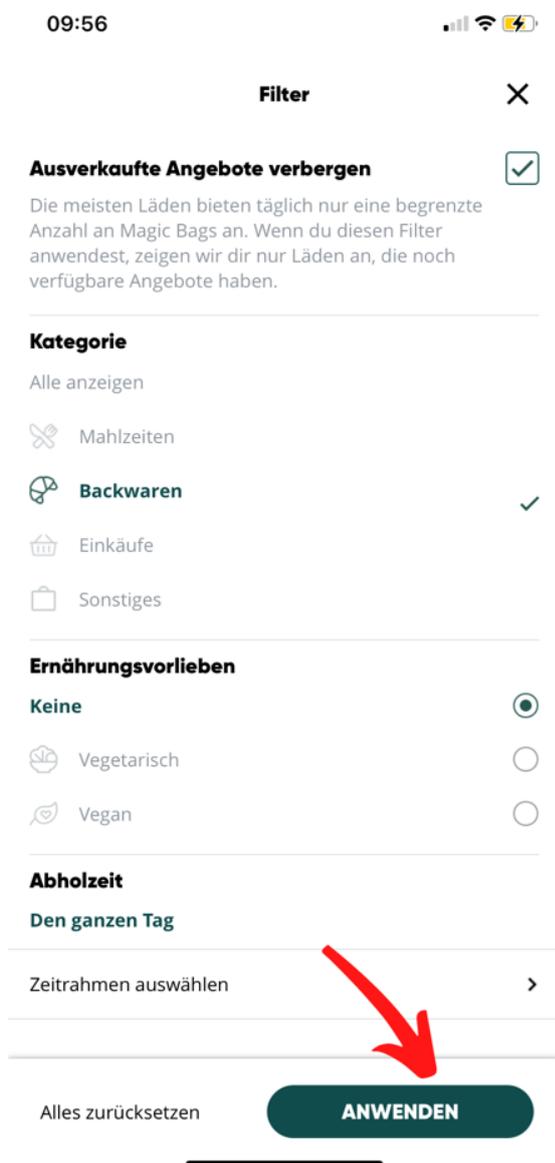
6. Klicke auf das Filter Symbol links oben neben der Lupe



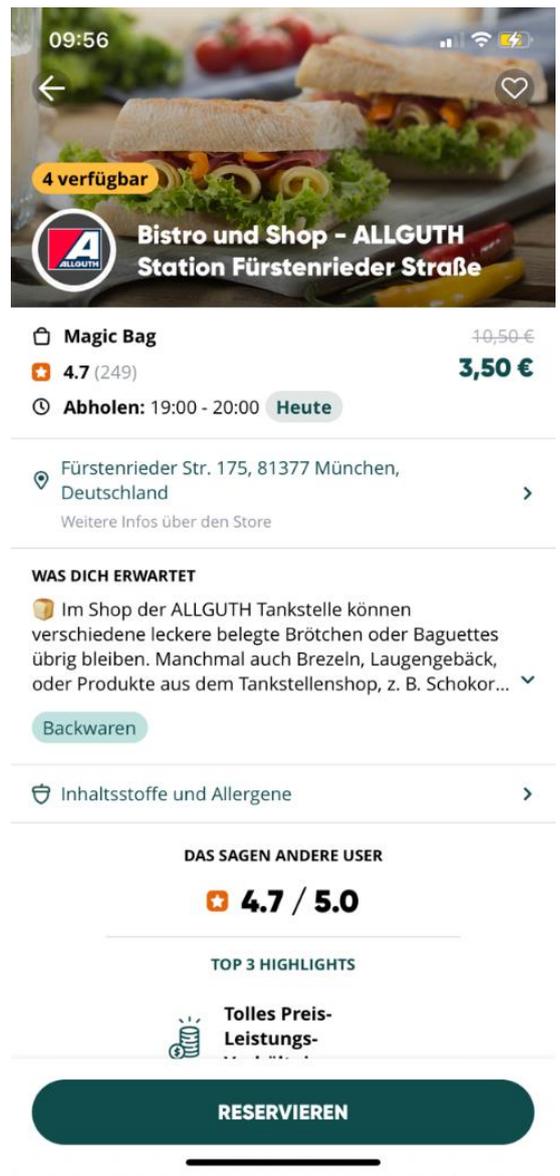
# DIGITAL & NACHHALTIG

## Station 2: Tools/Apps und Einstellungsmöglichkeiten für mehr Nachhaltigkeit

7. Auf „Anwenden“ klicken



8. Wähle aus was Kim oder Lynn suchen und klicke auf "Anwenden"



# DIGITAL & NACHHALTIG

9. Suche jeweils Kim und Lynn ein passendes Angebot aus und notiere es hier:

	Kim	Lynn
Name des Restaurants/ Bäckerei etc.		
Adresse		
Abholzeitraum		
Preis		
Bewertung in Zahlen		

# DIGITAL & NACHHALTIG

## Station 2: Tools/Apps und Einstellungsmöglichkeiten für mehr Nachhaltigkeit

### 4. Einstellungsmöglichkeiten ausprobieren: 10 min

Wenn du im Internet surfst, wird viel CO2 freigesetzt. Das hast du im Actionbound gelernt. Zum Beispiel verbraucht das Ansehen von Videos viel Datenvolumen, wenn du nicht mit WLAN verbunden bist, wie bei einer Autofahrt von 6,28 Kilometern.

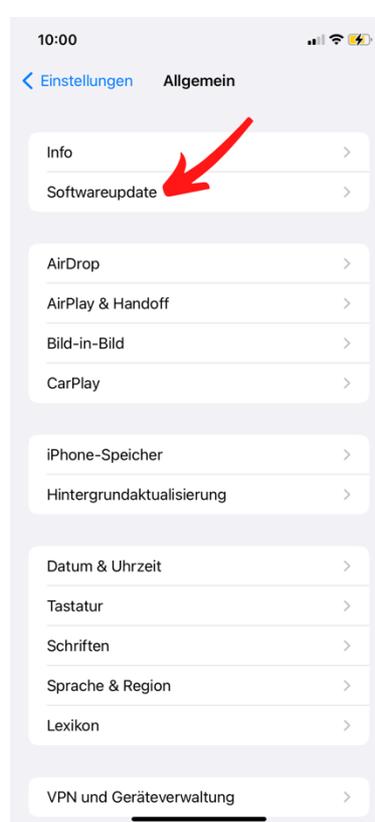
Du kannst deinen CO2-Fußabdruck reduzieren, wenn du bestimmte Einstellungen auf deinen digitalen Geräten änderst. Du kannst diese Einstellungen jetzt selbst testen.

1. *Checke dein Betriebssystem:* Dein Betriebssystem sollte immer auf dem neuesten Stand sein, damit dein Gerät nicht so schnell veraltet und du es länger nutzen kannst.
  - *Für iOS:* Öffne die Einstellungen > klicke auf Allgemein > klicke auf Softwareupdate > sollte es ein neues Update geben kannst du es jetzt oder später installieren
  - *Für Android:* Öffne die Einstellungen > klicke auf Software-Update > sollte es ein neues Update geben kannst du es jetzt oder später installieren

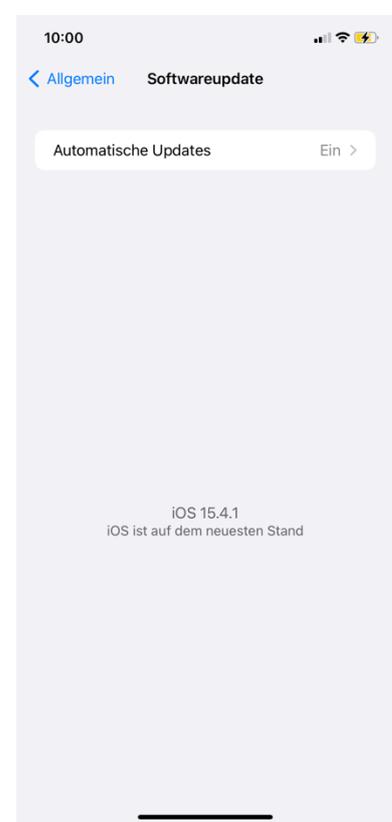
#### 1. Schritt



#### 2. Schritt



#### 3. Schritt



# DIGITAL & NACHHALTIG

## Station 2: Tools/Apps und Einstellungsmöglichkeiten für mehr Nachhaltigkeit

2. *Checke deine Apps/Programme:* Wenn du Apps oder Programme auf deinem Gerät findest, die du nicht mehr benutzt, solltest du sie möglicherweise entfernen. Andernfalls laufen sie im Hintergrund weiter und verbrauchen unnötig Strom.
3. *Bluetooth/Airdrop/Mobile Daten deaktivieren:* Wenn du gerade kein Internet brauchst oder Zugang zu WLAN hast, kannst du deine mobilen Daten ausschalten, um Datenvolumen zu sparen. Das Gleiche gilt für Bluetooth und Airdrop: Wenn du sie gerade nicht brauchst, kannst du sie ausschalten.



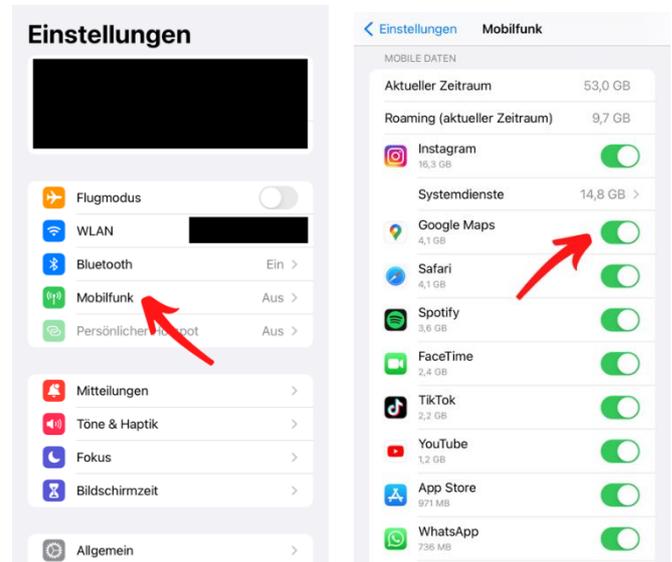
# DIGITAL & NACHHALTIG

## Station 2: Tools/Apps und Einstellungsmöglichkeiten für mehr Nachhaltigkeit

### 4. Checke weitere Einstellungsmöglichkeiten zum Datenverbrauch:

Für iOS: Einstellungen > Mobilfunk > runterscrollen zur Sektion Mobile Daten > kurz warten bis alle Apps angezeigt werden > mit Schalter den Zugang zu jeder App erlauben oder verbieten

Für Android: Einstellungen > Verbindungen > Datennutzung > Mobildatennutzung > Zugang zu Datenvolumen für jede einzelne App



# DIGITAL & NACHHALTIG

## Station 3: Upcycling - Lautsprecher basteln (15min)

Es gibt mehrere Möglichkeiten aus Müll einen Lautsprecher zu basteln. Du brauchst dafür einen hohlen runden Gegenstand. Am besten eignet sich eine leere Chips-Dose, eine Klopapierrolle oder eine Küchenpapierrolle.

Heute bastelst du einen Lautsprecher aus einer Küchenpapier- oder Klopapierrolle.  
Los geht's!

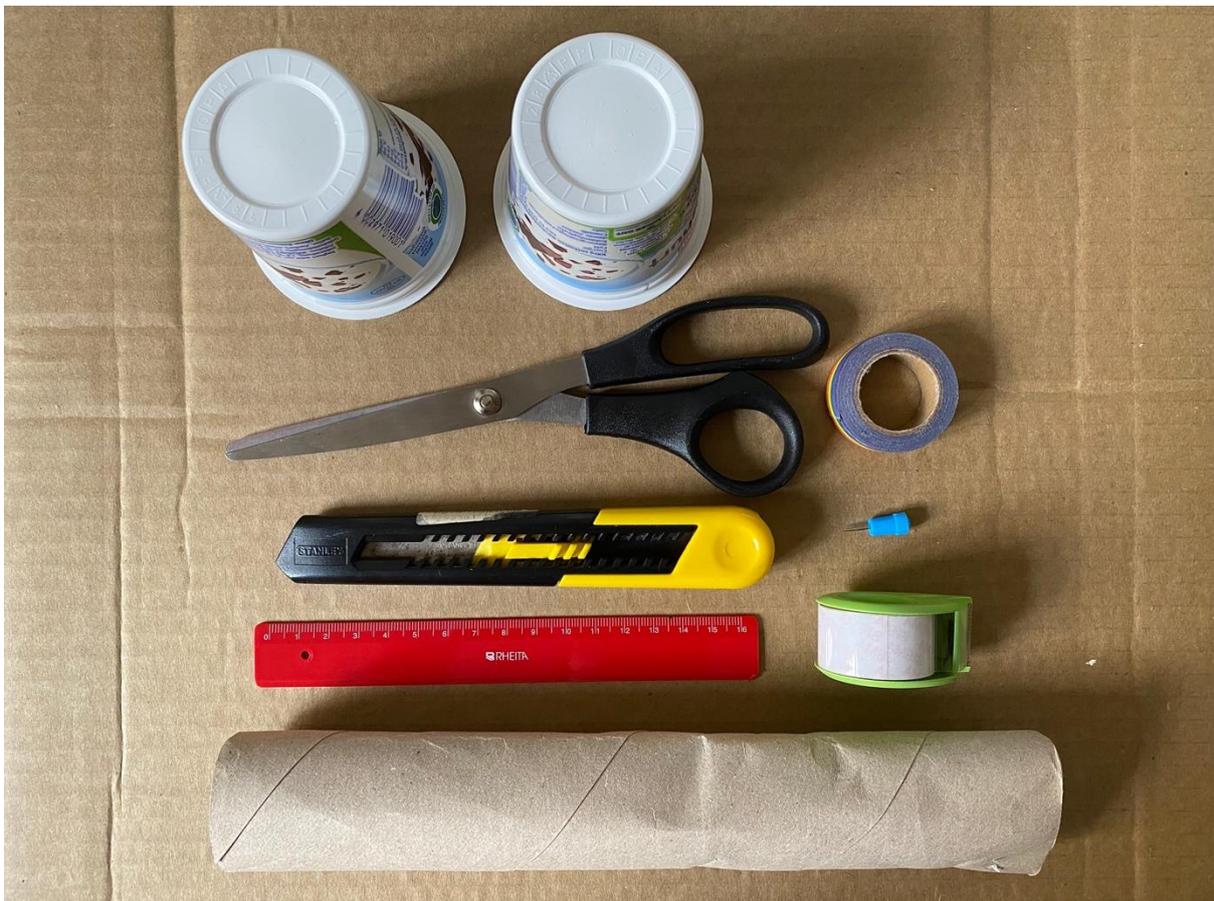
## *Handy-Soundbar aus Bechern und Papprolle*

### Material

- zwei Kunststoffbecher (z.B. Joghurtbecher oder Trinkbecher)
- eine Papprolle (Küchenpapier oder Klopapier)
- (Deko-Material, Washi Tape)

### Werkzeug

- Teppichmesser, Cutter, Skalpell oder Bastelmesser
- Schere
- Lineal
- Nagel oder dicke Nadel
- Klebeband



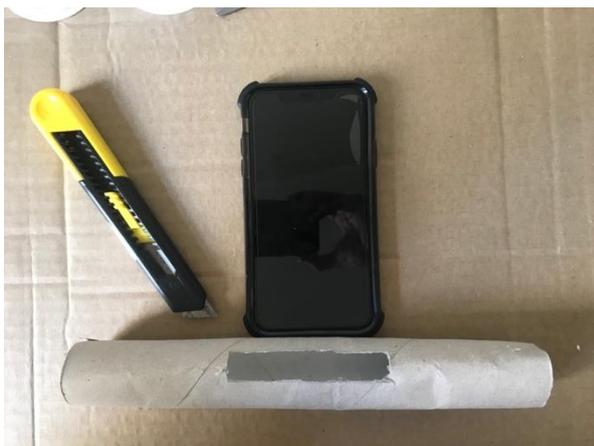
# DIGITAL & NACHHALTIG

**Schritt 1:** Messe die Breite und Höhe deines Smartphones und wähle eine passende Papprolle aus. Wenn der Pappkern einer Toilettenpapierrolle nicht mehr ausreicht, funktioniert auch der Kern einer Küchenpapierrolle. Die Papprolle sollte mindestens 8 cm breiter als dein Handy sein.



**Schritt 2:** Markiere die Mitte der Röhre und zeichne die Breite und Höhe deines Smartphones an und schneide diesen Streifen dann entweder mit dem Cutter oder einer Schere aus. Teste, ob das Handy in diesen Spalt passt. **Wichtig:** es sollte nicht zu viel Spiel haben, damit es stabil darinstehen kann.

**Schritt 3:** Als nächstes wird der Durchmesser der Papprolle seitlich auf die beiden Trinkbecher übertragen. Messe hierfür den Durchmesser der Papprolle aus und zeichne diesen auf die Becher.



# DIGITAL & NACHHALTIG



Schritt 4: Schneide das Loch Sternförmig ein. Die entstehenden Laschen geben der Röhre später einen stabilen Halt und verhindern das Herausrutschen der Röhre. **Tipp:** Mache mit dem Nagel ein Loch in die Mitte des angezeichneten Ausschnittes, dann kann man besser mit der Schere zum Schneiden ansetzen.



Schritt 5: Wenn du die Einschnitte bei beiden Bechern fertig hast, wird nun die Röhre in das jeweilige Loch eingeführt. Die Pappröhren sollten bis ca. zur Mitte des Bechers hineingeschoben werden. Achte darauf, dass bei der Pappröhre der ausgeschnittene Spalt nach oben zeigt.



# DIGITAL & NACHHALTIG

**Schritt 6:** Schalte auf deinem Smartphone die Musik an und stecken es in die ausgeschnittene Öffnung der Pappröhre. Nach dem du damit fertig bist, kannst du die Röhre in den beiden Becher noch etwas hin und her schieben, um den für dich besten Klang zu finden.



**Schritt 7:** Sobald dir der Sound gefällt, kannst du nun die beiden Becher an der Pappröhre mit Klebeband oder Washi-Tape fixieren. Damit verhinderst du zum einen, dass die Becher abfallen und zum anderen, dass die Pappröhre sich mit deinem Handy wegdreht oder umkippt.